

PLAYWORK DALAM PENDAMPINGAN PSIKOSOSIAL ANAK PENYINTAS BENCANA ERUPSI GUNUNG IBU HALMAHERA BARAT PROVINSI MALUKU UTARA

Kurnia Mega Hapsari¹, Lily Salim²

^{1,2} Politeknik Bentara Citra Bangsa

E-mail korespondensi: kurnia.mega@bentaracampus.ac.id

Pada bulan Mei 2024 terjadi intensitas letusan dan erupsi yang cukup tinggi di Gunung Ibu Halmahera. Kondisi dan situasi tersebut menjadikan pemerintah daerah melalui Keputusan Bupati Halmahera menetapkan status Tanggap Darurat Bencana Erupsi Gunung Api Ibu di Kabupaten Halmahera Barat. Bencana alam seperti letusan gunung berapi tidak hanya mempengaruhi kesehatan seseorang, tetapi juga mempengaruhi kondisi psikologis selain akibat erupsi namun juga situasi ketika berada di penampungan. Oleh Sebab itu dibentuklah Tim Rewalan Gabungan untuk melakukan pendampingan psikososial bagi penyintas bencana erupsi Gunung Ibu terutama anak-anak. Tim Relawan dilatih untuk melakukan pendampingan psikososial menggunakan pendekatan bermain dengan kegiatan playwork yang menggunakan program fokus resiliensi yang menjadikan kegiatan bermain bukan hanya sesi bermain untuk mengisi waktu berada di pengungsian dan menjadi alat untuk mengumpulkan anak untuk mengekspos pemberian bantuan namun lebih berfokus membangun resiliensi anak untuk dapat berdampingan hidup dengan daerah rawan bencana erupsi Gunung Ibu. Kegiatan playwork sebagai kegiatan pendampingan psikososial dilakukan di satu posko penampungan yang ada di Tounute Sungai Kecamatan Ibu. Tujuan dari penelitian ini adalah membahas bagaimana playwork menjadi kegiatan pendampingan psikososial dalam membantu membangun resiliensi anak penyintas bencana erupsi Gunung Ibu di Halmahera Barat Provinsi Maluku Utara. Pendekatan Penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan bermain dengan menggunakan playwork berfokus pada membangun resiliensi menunjukkan perubahan respon anak terhadap kegiatan bermain di penampungan yang awalnya mengikuti kegiatan bermain lebih bertujuan untuk mendapatkan hadiah dan bantuan namun setelah mengikuti play work anak-anak menjadi kegiatan menarik dan menyenangkan meskipun tanpa hadiah. "Semanis Susu dan Seenak Biskuit"

Kata kunci: Playwork; Psikososial; Erupsi.

Pendahuluan

Indonesia merupakan negara di dunia yang memiliki gunung aktif terbanyak di dunia. Berdasarkan data dari Goodstats (2023) tercatat 58 gunung berapi yang aktif dari tahun 1956 hingga 10 juli 2023. Secara geografis, Indonesia berada di lingkaran api pasifik, juga dikenal sebagai cincin api pasifik, di mana tiga lempeng tektonik dunia berkumpul: Lempeng Indo-Australia, Lempeng Eurasia, dan Lempeng Pasifik. Akibatnya, Indonesia sangat rentan terhadap bencana seperti letusan gunung berapi. Salah satu gunung aktif yang ada di Indonsesia adalah Gunung Ibu di Provinsi Maluku Utara (Apriyono, A. 2024). Pada bulan Mei 2024 terjadi intensitas letusan dan erupsi yang cukup tinggi. Berdasarkan press realease yang dikeluarkan oleh Badan Geologi Kementrian Energi dan Sumber Daya Mineral Republik Indonesia. Berdasarkan hasil pemantauan visual dan instrumental, aktivitas vulkanik G. Ibu masih tinggi, oleh karena itu tingkat aktivitas G. Ibu pada tanggal 21 Mei 2024 pukul 12.00 WIT masih tetap di Level IV (AWAS). Kondisi dan situasi tersebut kemudian diputuskan oleh pemerintah daerah melalui Keputusan Bupati Halmahera Barat nomor : 96/KPTS/V/2024 tentang Penetapan Status Tanggap Darurat Bencana Erupsi Gunung Api Ibu di Kabupaten Halmahera Barat. Status ini membuat penduduk sekitar Gunung Api oleh BPBD Halamhera

barat dievakuasi ke tempat pengungsian. Meskipun Gunung Ibu sering menunjukkan letusan namun untuk letusan dan erupsi sekarang cukup besar dan intens terjadi sampai terakhir di tanggal 18 Juni 2024. Hal inilah yang sampai saat ini penduduk sekitar Gunung Ibu yang di evakuasi masih berada di pengungsian.

Kondisi ini tentunya akan memberikan dampak yang signifikan untuk masyarakat di sekitar Gunung Ibu terutama anak-anak. Meskipun Gunung Ibu memiliki riwayat erupsi yang sudah diketahui oleh masyarakat sekitar karena status Gunung Ibu yang termasuk aktif namun situasi darurat bencana dan evakuasi memberikan dampak psikologis bagi masyarakat yang tinggal disekitar Gunung Ibu. Menurut Nurlaili dan Hizriani (2022) erupsi gunung berapi bukan hanya membawa dampak fisik, tetapi juga psikologis bagi masyarakat yang tinggal di sekitarnya. Peristiwa traumatis ini dapat memicu berbagai gangguan mental, seperti stres akut, kecemasan, gangguan stres pascatrauma (PTSD), dan depresi. Bagi anak-anak di sekitar Gunung Ibu Kabupaten Halmahera barat situasi ini merupakan hal baru yang mereka alami dan dapat menyebabkan pengalaman traumatis.

Menurut Irwanto dan Kumala (2020) reaksi anak pada pengalaman traumatis berbeda-beda menurut kelompok usia dengan orang dewasa. Reaksi pengalaman trauma anak usia 0-6 biasanya seperti ketakutan pada kehadiran orang asing, cemas akan perpisahan dan tantrum, masalah tidur, kecemasan ketika berhadapan dengan situasi atau tempat yang sama dengan peristiwa yang menyebabkan traumatis. Sedangkan untuk anak usia 7 sampai 12 tahun reaksi pada pengalaman traumatis antara lain anak mengacaukan urutan terjadinya peristiwa ketika diminta untuk kembali menceritakan tentang peristiwa traumatiknya, kesulitan berkonsentrasi, hiperaktivitas, agresivitas, kegelisahan, depresi, kecemasan dan insomnia. Kondisi ini akan dapat menyebabkan adanya kemunduran pada berbagai ketrampilan hidup yang dikuasai anak-anak. Seperti yang dinyatakan oleh Brofenbrenner (1972), tahapan perkembangan manusia tidak terpengaruh oleh sistem-sistem yang saling menunjang yang mengelilingi mereka. Sistem kehidupan anak mengalami gangguan atau bahkan hancur ketika bencana alam terjadi seperti kematian anggota keluarga, kerusakan sekolah, dan sebagainya. Tidak diragukan lagi, ini dapat mengganggu perkembangan anak dalam beberapa aspek kehidupannya. Salah satunya adalah perkembangan fisik anak, perkembangan akademik, dan perkembangan kerohanian.

Pengalam traumatis pasca erupsi gunung berapi jika tidak ditangani dengan serius dan berkepanjangan akan berdampak pada masalah pada psikologis yang berat pada anak-anak, remaja, maupun orang dewasa penyintas erupsi Gunung Ibu. Menurut Flannery Jr (dalam wahyuningtyas, dkk, 2022) kompilasi psikologis akibat kondisi traumatis yang berkepanjangan dapat menjadi permanen sehingga menggagu kelangsungan hidup penyintas. Hal inilah mengapa pemulihan trauma melalui dukungan psikososial bagi penyintas erupsi Gunung Ibu tentunya akan sangat dibutuhkan. Dukungan psikososial didasarkan pada pemahaman bahwa aspek psikologis dan sosial seseorang selalu berubah dan saling mempengaruhi. Dukungan psikososial pasca bencana adalah dukungan yang diberikan untuk memulihkan kesejahteraan psikologis dan sosial komunitas yang terkena bencana, khususnya untuk anak dan lingkungannya. Dukungan psikososial adalah semua bentuk kegiatan yang berfokus untuk menguatkan faktor resiliensi (aspek psikologis) dan relasi sosial individu dengan lingkungannya (aspek sosial) (Alfita, 2023).

Dukungan psikososial dalam pemulihan trauma erupsi gunung berapi dapat dilakukan dengan berbagai media dan metode. Salah satu yang digunakan adalah menggunakan metode bermain. Sebagai bentuk intervensi, bermain telah terbukti membantu anak-anak mengatasi trauma. Bermain tidak hanya menghibur anak-anak, tetapi juga membantu mereka mengungkapkan perasaan mereka (Karimah, 2015). Bermain membantu anak-anak mengatasi ketakutan dan kecemasan mereka setelah bencana. Hal ini penting untuk membantu

pemulihan mental mereka. Dalam konteks pasca bencana, kegiatan bermain dapat diintegrasikan dengan pendekatan kreatif untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung (Aror dan Lensun, 2024, h.111).

Salah satu kegiatan bermain yang digunakan dalam program psikososial adalah *playwork*. *Playwork* adalah bentuk kegiatan yang memfasilitasi anak-anak untuk bermain dalam suasana yang aman, terbuka, dan mendukung untuk mengekspresikan perasaan serta beradaptasi dengan keadaan sekitar. Melalui bermain, anak-anak dapat mengatasi perasaan ketakutan, kecemasan, dan stres, serta membangun kembali rasa percaya diri mereka. Pendekatan ini menganggap permainan sebagai media untuk pemulihan emosional dan sosial anak-anak. *Playwork* merupakan pendekatan yang digunakan untuk mendukung perkembangan psikososial anak, terutama setelah mereka mengalami trauma atau stres akibat bencana. Pendampingan psikososial melalui kegiatan bermain sangat penting untuk anak-anak yang menjadi penyintas bencana, termasuk erupsi gunung seperti di wilayah seperti Halmahera Barat, Provinsi Maluku Utara, yang dilanda erupsi Gunung Ibu. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah membahas bagaimana *playwork* menjadi kegiatan pendampingan psikososial dalam membantu membangun resiliensi anak penyintas bencana erupsi Gunung Ibu di Halmahera Barat Provinsi Maluku Utara.

Metodologi

Pendekatan Penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Menurut Purba dan Simanjutak (2011) penelitian deskriptif adalah suatu jenis penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran (deskripsi) dari suatu fenomena tertentu secara obyektif. studi deskriptif menyajikan sejumlah informasi mengenai berbagai keadaan sosial. Dalam penelitian ini akan menggambarkan kegiatan *playwork* dalam program dukungan psikososial yang digunakan sebagai pemulihan trauma dan membantu membangun resiliensi anak penyintas bencana erupsi Gunung Ibu di Halmahera Barat Provinsi Maluku Utara. Gambaran akan diberikan sejak awal pembentukan tim relawan program dukungan psikososial, pelatihan bagi relawan dalam melaksanakan *playwork* sampai pelaksanaan dukungan psikososial dengan kegiatan *playwork* pada anak-anak penyintas erupsi Gunung Ibu Halmahera Barat Provinsi Maluku Utara di pos pengungsian.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran umum keadaan dan kondisi pasca erupsi Gunung Ibu Halmahera Barat Provinsi Maluku Utara, Total desa yang di evakuasi ada 8 desa dengan jumlah pengungsi 1.560 orang dengan jumlah balita 90 anak dan anak usia dini 142 anak. Dengan jumlah pengungsi saat ini ada 4 posko pengungsian yang tentunya cukup padat untuk sejumlah pengungsi tersebut. Bencana alam seperti letusan gunung berapi tidak hanya mempengaruhi kesehatan seseorang, tetapi juga mempengaruhi psikologi mereka (Muir dkk., 2019). Reaksi psikologis setiap orang terhadap bencana berbeda. Semua orang mengalami pengalaman yang berbeda dengan bencana. Ini karena pengetahuan dan pengalaman sebelumnya dengan bencana. Selain itu meskipun masyarakat di sekitar Gunung Ibu tinggal di daerah rentan erupsi dan sering berhadapan dengan erupsi Gunung Ibu dan menjadi hal biasa namun situasi pada saat berada di posko dan meninggalkan rumah yang biasa mereka tinggali akan memberikan dampak psikologis pada anak dan juga remaja.

Peristiwa bencana membawa dampak bagi warga masyarakat khususnya yang menjadi korban. Beberapa permasalahan yang dihadapi korban bencana meletusnya Gunung Ibu yaitu kehilangan tempat tinggal untuk sementara waktu dan berpindah ke pos-pos pengungsian, karena merupakan kawasan rawan bencana (termasuk dalam zona merah). Kehilangan mata

PLAY THERAPY ASIA CONFERENCE

Volume 2, Oktober 2024

P-ISSN: 3124-9795

pencaharian karena kerusakan lahan pertanian dan hancurnya tempat usaha, berpisah dengan kepala keluarga karena ayah atau suami banyak yang memilih untuk tetap tinggal di rumah dengan alasan menjaga rumah, harta benda dan tetap bekerja sebagai petani, berkebun atau peternak. Selain itu Pemenuhan kebutuhan dasar berupa makan, minum, tempat tinggal sementara atau penampungan, pendidikan, kesehatan dan sarana air bersih yang tentunya tidak memadai. Terlebih pada saat itu juga terjadi hujan lebat dan membuat tempat pengungsian yang didirikan oleh BNPB terendam banjir sehingga harus diungsikan ke pos pengungsian lain yaitu gereja atau pos-pos lain yang tidak terdampak banjir. Kondisi di pos pengungsian menjadi kacau dengan bertambahnya jumlah pengungsi dan membuat pos menjadi lebih padat.

Hal lain yang terjadi adalah sering berdatangnya orang-orang dan instansi yang memberi bantuan membuat situasi menjadi membingungkan anak-anak meskipun kegiatan tersebut bertujuan untuk memberi bantuan kepada pengungsi dan selalu ditunggu-tunggu karena membagikan makanan, mainan, buku, alat tulis, dan lain-lain. Namun demikian kondisi ini juga membuat masyarakat terlebih anak-anak memiliki pandangan dan persepsi bahwa orang yang datang akan membagikan hadiah dan mereka bersedia mengikuti kegiatan terutama bermain yang diadakan oleh relawan sebagai bentuk kegiatan pendampingan sosial hanya karena ingin mendapatkan hadiah yang dibagikan setelah bermain. Hal ini terjadi karena relawan membiasakan anak-anak dengan membagikan makanan, minuman, mainan atau hadiah lain setelah mereka mengikuti kegiatan bermain. Kondisi ini kemudian menyebabkan kesulitan relawan untuk mengajak anak-anak bermain dalam rangka pendampingan psikososial tanpa tujuan membagi makanan atau bantuan.

Berikut adalah pelaksanaan kegiatan *playwork* dalam program dukungan psikososial anak penyintas erupsi Gunung Ibu:

Table 1. Jadwal Kegiatan *Playwork* dalam Program Dukungan Psikososial Anak Penyintas Erupsi Gunung Ibu Halmahera Barat, Provinsi Maluku Utara

Waktu	Kegiatan
20 Mei 2024	Penyusunan tim dukungan psikososial Gunung Ibu, Halmahera Barat, Maluku Utara.
21 Mei 2024 18.00-21.00 WIB	Pelatihan awal program psikososial dan persiapan untuk tim relawan perintis
23 Mei – 15 Juni 2024	Pendampingan Psikologis Awal anak penyintas erupsi Gunung Ibu di posko penampungan
25 Juni 2024 16.00 – 19.00 WIT	Pelatihan <i>playwork</i> untuk para relawan psikososial dengan program fokus resiliensi
26 Juni – 4 Juli 2024	Pelaksanaan <i>Playwork</i> untuk anak-anak penyintas erupsi Gunung Ibu yang ada di Pengungsian

Penyusunan tim pendampingan psikososial Gunung Ibu di Halmahera Barat Maluku Utara disusun pada tanggal 22 Mei 2024 setelah terjadi letusan Gunung Ibu pada tanggal 18 Mei 2024 dengan level awas (IV) dan masyarakat diungsikan ke 8 pos pengungsian. Melihat kondisi ini dibentuklah Tim Pendampingan Psikososial untuk Penyintas Erupsi Gunung Berapi yang ada di Pos Pengungsian. IAGI Maluku Utara bekerjasama dengan HIMPSI Maluku Utara, Kresna Maluku Utara, Forum PRB Ternate, GMKI-Ternate, Gerakan Mahasiswa Kristen Indonesia, Himpunan Mahasiswa Kristen UMMU, Vertical Rescue Indonesia dan mengajak Politenik Bentara Citra Bangsa untuk bekerjasama untuk memberikan pembekalan kepada relawan psikososial.

Program Psikososial disusun menjadi 2 bagian. Bagian yang pertama adalah program psikososial awal yang bertujuan sebagai pendampingan awal dalam stabilisasi emosi. Pada tahap ini program pelatihan dilakukan bersama dengan Tim dari HIMPSI Maluku Utara. Pada program pendampingan awal berfokus pada stabilisasi emosi, regulasi diri. Bagian yang kedua adalah program psikososial dengan fokus resiliensi melalui *playwork*.

Pengalaman traumatik setelah bencana menghasilkan 3 respon yang mempunyai potensi untuk gangguan Kesehatan mental/psikologis yaitu *Acute Stress Response* (ASR), *Acute Stress Disorder* (ASD), *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (Hsu dkk, 2024) . Respon awal pada pengalaman traumatic adalah *Acute Stress Response* (ASR) yaitu dialami beberapa menit ketika bencana, respons berakhir sekitar beberapa jam, sampai 2-3 hari. Berikutnya *Acute Stress Disorder* (ASD) gejala yang sama dengan ASR, minimum 2 hari sampai 1 bulan setelah paska bencana. Tahapan respon terakhir adalah *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD), lebih lama dari 1 bulan, secara persisten respons korban melibatkan *re-experiencing* , *recollections* , *nightmares*, *flashback* (mengalami ketika dalam keadaan sadar), kehilangan kemampuan untuk aktifitas tertentu, gangguan atau kemarahan yang meledak-ledak (Comer dan Kendal, 2007).

Selain respon yang terjadi setelah terjadi pengalaman traumatik, Respon masyarakat dan individu terhadap bencana besar cenderung untuk berkembang sesuai dengan fase-fase. Interaksi antara proses psikologis psikologis dengan peristiwa eksternal membentuk fase-fase ini yaitu *threat phase*, *impact phase*, *rescue or heroic phase*, *remedy or honeymoon phase*, *inventory phase*, *disillusionment phase*, dan *reconstruction or recovery phase* (Gauthamadas, 2005). Program dukungan psikososial pada anak penyintas erupsi Gunung Ibu dilakukan pada fase *therat* sampai *heroic* phase melalui program pendampingan psikologis awal yang membantu anak penyintas erupsi Gunung Ibu yang berada pada kondisi ASR dan ASD. *Therat phase* dan *impact phase* adalah fase yang terjadi beberapa jam dan beberapa hari setelah peringatan terjadinya bencana. Pada fase ini penyintas mungkin merasa lebih rentan, tidak aman, dan takut tragedi yang tidak terduga di masa depan. Fase berikutnya *rescue or heroic phase* adalah fase yang terjadi setelah 1 minggu terjadinya bencana. Di fase ini fokusnya adalah pada menyelamatkan orang lain, dan mengedepankan keselamatan adalah prioritas, evakuasi ke tempat penampungan.

Program dukungan psikososial berikutnya adalah pada fase *honeymoon* dengan program *playwork* yang berfokus pada resiliensi. Fase ini terjadi sekitar 2 minggu sampai 4 bulan setelah bencana terjadi. Di fase *honeymoon* penyintas bencana mulai merasa optimis karena mulai ada bantuan formal dari pemerintah dan sukarelawan yang mulai tersedia. Pada fase ini jika konselor komunitas terlihat dan dapat dianggap membantu selama fase ini, mereka akan lebih mudah diterima dan memiliki dasar untuk memberikan bantuan pada fase-fase sulit selanjutnya.

Table 2. Program Dukungan Sosial Anak Penyintas Erupsi Gunung Ibu Halmahera Barat, Provinsi Maluku Utara

Program Dukungan Psikososial	Aktivitas	Pelaksana
Pendampingan Psikologis Awal 23 Mei – 15 Juni 2024	1. Stabilisasi Emosi melalui bermain : - Psikoedukasi mengenai perasaan anak (contoh : dengan gambar ekspresi wajah anak lalu menebak ekspresi) - Teknik dasar pernafasan (contoh : melakukan gerakan kupu-kupu disertai Teknik bernafas) - Tempat aman (contoh : dengan melakukan gerakan dan visualisasi kreatif) - Peristiwa positif (<i>point of power</i>) (contoh : mengingat peristiwa positif yang terjadi hari ini) - Menuliskan kalimat positif tentang diri (contoh : aktivitas menggambar dan menuliskan hal positif tentang diri) 2. Kegiatan bermain bersama	Tim Perintis

PLAY THERAPY ASIA CONFERENCE

Volume 2, Oktober 2024

P-ISSN: 3124-9795

<i>Playwork</i> fokus resiliensi 26 Juni – 4 Juli 2024	Kegiatan bermain terstruktur dengan objektif membangun resiliensi : 1. Kegiatan awal - <i>Chek in</i> (contoh : bernyanyi dan bergerak serta menjelaskan tentang boundaries/batasan dan aturan dalam kegiatan bermain) - <i>Body chek</i> (contoh : menyanyikan lagi “apa kabar” dengan gerakan) - <i>Breathing</i> (contoh : 123 ha hi hu) 2. Kegiatan Inti - <i>Grounding</i> (contoh : narasi tentang safe place yaitu istana atau taman yang indah) - <i>Creative art</i> (contoh : cerita terpetik tentang istana/safe place lalu anak membuat mandala tentang <i>safeplace</i> mereka dengan barang-barang yang ada disekitarnya) - <i>Sharing session</i> (contoh : menceritakan tentang <i>safe place</i> yang mereka dari mandala yang mereka buat) 3. Kegiatan Penutup - <i>Plan next activity</i> , menjelaskan rencana kegiatan selanjutnya. - <i>Chek out</i>, gerak dan lagu *bentuk aktivitas dari setiap kegiatan disesuaikan dengan objektif dari setiap pertemuannya	Tim Relawan
---	---	-------------

Pada program dukungan psikososial pada anak penyintas bencana erupsi Gunung Ibu di Halmahera Barat Maluku Utara berfokus juga pada hal-hal yang perlu diperhatikan dalam kegiatan psikososial yaitu memastikan keamanan (*ensure safety*), batasan (*boundary*), hadir dan ada secara emosional, berada di sini dan saat ini (*here and now*), menjadi saksi dan membantu menvalidasi perasaan mereka dan berhati-hati untuk tidak mendorong atau menyelidiki. Hal-hal tersebut sangat membantu bagaimana kegiatan bermain atau *playwork* yang dilakukan dalam kegiatan psikososial pada anak penyintas bencana erupsi Gunung Ibu dapat berjalan baik dan sesuai dengan objektif yang ditentukan.

Sebelum dilakukan *playwork* dengan program fokus resiliensi yang juga sudah dilatihkan kepada para relawan, kegiatan bermain dalam program psikososial diawal setelah beberapa saat tim perintis datang sedikit sulit dilakukan karena anak-anak di pengungsian berpikir bahwa jika dikumpulkan untuk kegiatan bermain maka mereka akan mendapatkan hadiah atau makanan, sehingga sedikit mempersulit kegiatan psikososial melalui kegiatan bermain yang dilakukan tanpa ada hadiah yang diberikan. Hal ini membuat para relawan merasa sulit untuk mengumpulkan anak-anak mengikuti kegiatan. Namun setelah masuk pada program dukungan psikososial melalui *playwork* dengan fokus resiliensi dan juga pelatihan yang diberikan kepada relawan dan membantu kepercayaan diri mereka sehingga mampu memimpin kegiatan bermain dengan baik dan lebih berani serta percaya diri mengumpulkan anak-anak untuk mengikuti kegiatan bermain/*playwork*. Setelah dilakukan kegiatan bermain dengan objektif yang ditentukan dan kegiatan yang dirancang serta terdapat boundaries/batasan yang jelas membuat anak-anak mengalami perasaan aman dan merasa kegiatan bermain yang dilakukan oleh relawan menyenangkan meskipun tanpa hadiah atau pembagian makanan. Kegiatan bermain dalam dukungan psikososial yang disusun dengan

PLAY THERAPY ASIA CONFERENCE

Volume 2, Oktober 2024

P-ISSN: 3124-9795

objektif dan batasan yang jelas serta pelaksanaan yang terstruktur dan konsisten akan efektif objektif dan tujuan dari kegiatan tersebut.



Gambar 1. Kegiatan Pendampingan Psikologis Awal



Gambar 2. Pelatihan dan Praktek Playwork Fokus Resiliensi



Gambar 3. Kegiatan *Playwork* Fokus Resiliensi

Program dukungan psikososial yang dilakukan untuk anak penyintas bencana erupsi Gunung Ibu di Halmahera Barat dilakukan dengan metode bermain yang didasarkan pada prinsip dalam terapi bermain (*play therapy*). Studi menunjukkan bahwa ketika anak-anak terlibat dalam permainan, mereka menciptakan kembali skenario dan emosi yang berkaitan dengan trauma mereka, memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi dan memahami pengalaman mereka di lingkungan yang aman (Goodfellow, 2024). Oleh karena itu baik pendampingan psikologis maupun kegiatan pemulihan trauma akibat bencana erupsi gunung berapi dapat membantu anak merilis perasaan dan emosi mereka serta dapat memahami dan mengeksplorasi pengalaman bencana erupsi tersebut sehingga mereka dapat membangun daya tahan dan resiliensi lebih kuat dalam menghadapi situasi yang kemungkinan akan terjadi.

Bermain merupakan cara alami anak untuk mengungkapkan emosi. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak sering menggunakan permainan sebagai cara untuk

mengungkapkan emosi yang terkait dengan trauma. Sebuah penelitian yang diterbitkan dalam *Journal of Child Psychology and Psychiatry* menemukan bahwa permainan peran dapat membantu anak-anak yang mengalami trauma menghidupkan kembali beberapa aspek pengalaman mereka. Pengalaman ulang dapat membantu mereka menghadapi dan memproses perasaan mereka, mengurangi kecemasan, dan mempercepat penyembuhan (Leveton, E. 2014). *Playwork* dalam program dukungan psikososial anak penyintas erupsi Gunung Ibu Halmahera Barat Maluku Utara adalah kegiatan bermain yang bukan hanya melakukan kegiatan bermain namun juga menggunakan prinsip dalam terapi bermain yaitu membangun keamanan dan kepercayaan. Trauma dapat menciptakan hambatan terhadap ekspresi emosional, yang mengarah pada perasaan terisolasi dan takut. Menurut Kirkland, K. (2016) terapi bermain menyediakan ruang yang aman di mana anak-anak dapat membangun kepercayaan dengan terapis mereka. Terapi bermain dapat meningkatkan rasa aman pada anak, yang sangat penting untuk membangun hubungan terapeutik. Rasa aman ini memungkinkan anak-anak untuk mengeksplorasi perasaan mereka tanpa ancaman penghakiman atau trauma ulang. Hal inilah yang membuat anak yang mengikuti kegiatan *playwork* bukan lagi melihat sebagai kegiatan bermain pada umumnya yang akan dilakukan untuk mengisi waktu dan membagi hadiah, namun sebagai tempat aman untuk mereka dapat melewati situasi pasca erupsi Gunung Ibu dan keadaan berada di posko pengungsian.

Simpulan

Playwork atau kegiatan bermain dalam program dukungan psikososial anak penyintas bencana erupsi Gunung Ibu di Halmahera Barat Maluku Selatan merupakan bentuk *Psychosocial Structured Activities (PSSA)* yang mana merupakan bentuk kegiatan psikososial yang terstruktur dan berurutan. Permainan dan drama, latihan refleksi, dan presentasi didaktik adalah bagian dari pendekatan PSSA. Intervensi ini meningkatkan kesejahteraan, stabilitas emosi, dan ketahanan anak-anak (Ager et al., 2011). Oleh karena itu kegiatan bermain yang dilakukan melalui *playwork* membantu relawan untuk dapat melakukan kegiatan psikososial dengan lebih mudah tidak seperti sebelumnya meskipun sama-sama menggunakan kegiatan bermain.

Kegiatan bermain dalam *playwork* dirancang dan dilakukan secara terstruktur dan konsisten sesuai dengan objektif yang diharapkan sehingga sesi bermain yang dilaksanakan bukan lagi menjadi kegiatan transaksional yang mana jika tidak ada hadiah atau makanan yang dibagikan anak – anak tidak tertarik mengikuti kegiatan bermain. Setelah dilakukan kegiatan bermain dengan objektif yang ditentukan dan kegiatan yang dirancang serta terdapat batasan yang jelas membuat anak-anak mengalami perasaan aman dan merasa kegiatan bermain yang dilakukan oleh relawan menyenangkan meskipun tanpa hadiah atau pembagian makanan.

Pendampingan psikososial anak-anak penyintas erupsi Gunung Ibu menggunakan *PLAYWORK RESILIENCY-FOCUSED HEALING PROGRAM* membantu merubah objektif kegiatan bermain dalam pendampingan psikososial dari kegiatan rutinitas menghabiskan waktu dan sebagai kegiatan formalitas pemberian bantuan ke kegiatan yang membantu anak memberikan rasa aman dan mengekspresikan perasaan dan pikirannya sehingga kegiatan ini menjadi hal yang dapat memenuhi kebutuhan psikologis. Anak datang ke kegiatan bermain bukan dengan tujuan mendapatkan hadiah karena keinginan untuk melakukan kegiatan bersama dengan relawan. *Playwork* semanis susu seenak biskuit.

PLAY THERAPY ASIA CONFERENCE

Volume 2, Oktober 2024

P-ISSN: 3124-9795

Daftar Pustaka

- Ager, A., Akesson, B., Stark, L., Flouri, E., Okot, B., McCollister, F., & Boothby, N. (2011). The impact of the school-based Psychosocial Structured Activities (PSSA) program on conflict-affected children in northern Uganda. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(11), 1124–1133. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02407.x>
- Alfita, W. (2023, Januari 9). Bukan trauma healing: Layanan dukungan psikososial pasca terjadinya bencana. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/wanda56771/63bb6843062a5804f90fdaa2/bukan-trauma-healing-layanan-dukkungan-psikososial-pasca-terjadinya-bencana>
- Apriyono, A. (2024, Juni 17). Gunung ibu berstatus awas, jumat pagi 17 mei 2024 meletus lagi, semburan abu vulkanik capai 4.000 meter. Liputan 6. <https://www.liputan6.com/regional/read/5597926/gunung-ibu-berstatus-awas-jumat-pagi-17-mei-2024-meletus-lagi-semburan-abu-vulkanik-capai-4000-meter>
- Aror, S. C., & Lensun, S. F. (2024). Trauma healing kegiatan bermain pada anak pasca erupsi Gunung Ruang Kabupaten Sitaro. *Kurnia Mengabdi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), 110–117. <https://kurniajurnal.com/index.php/kurnia-mengabdi>
- Comer, J. S., & Kendall, P. C. (2007). Terrorism: The psychological impact on youth. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 14(3), 179–212. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2007.00078.x>
- Gauthamadas. (2005). *Disaster psychosocial response: Handbook for community counselor trainers, academy for disaster management education, planning and training* <https://www.preventionweb.net/organizations/4572>
- Goodfellow, J. (2023, October 10). *The role of play in processing trauma*. One Education. <https://www.oneeducation.co.uk/the-role-of-play-in-processing-trauma>
- Hidayah, F. N. (2023, Juli 15). *10 negara dengan gunung aktif di dunia*. Goodstats. <https://data.goodstats.id/statistic/indonesia-jadi-negara-dengan-gunung-berapi-aktif-terbanyak-di-dunia-UEYCS>
- Irwanto., & Kumala, H. (2020). *Memahami trauma dengan perhatian khusus pada masa kanak-kanak*. PT. Gramedia
- Karimah, R. (2015). *Trauma healing oleh muhammadiyah disaster management center untuk anak korban bencana*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Kirkland, K. (2016). The therapeutic powers of play: A review of the literature. *International Journal of Play Therapy*, 25(3), 139-154.
- Leveton, E. (2014). Play therapy with children: The power of play in the therapeutic process. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 7(1), 1-13.
- Muir, J. A., Cope, M. R., Angeningsih, L. R., Jackson, J. E., & Brown, R. B. (2019). Migration and mental health in the aftermath of disaster: evidence from mt. merapi, indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15).
- Nurlaili, N., Hizriani, H. (2022). Dampak erupsi gunung berapi bagi kesehatan mental masyarakat. *Galencical Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikusaleh*, 1(4), 117-122.

PLAY THERAPY ASIA CONFERENCE

Volume 2, Oktober 2024

P-ISSN: 3124-9795

Purba, E. F., & Simanjuntak, P. (2011). Metode penelitian (Cet.2). Universitas HKBP Nommensen.

Wahyuningtyas, N., Adi, K.R., Yaniafari, R.P., Sa'id, M., & Rizki, G. (2022). Dukungan psikososial bagi penyintas bencana pasca erupsi gunung semeru. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 7(2), 925-933.